mutuelle viazimut

TIERS PAYANT *Toujours utile !*

CHAMBRE PARTICULIÈRE *Attention aux tarifs*

LE MUTUALISTE

AUDITION

Stop aux malentendus

N° 1 MARS 2010 1 € TRIMESTRIEL

P 13
Chambre particulière. Attention aux tarifs

SOMMAIRE

P 4-5 QUOI DE NEUF
Votre mutuelle. ***Toutes les nouveautés.***

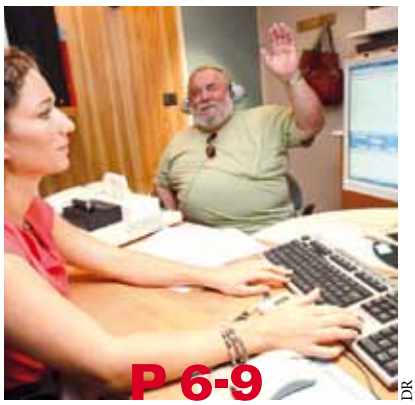
P 6-9 DOSSIER
Audition. ***Stop aux malentendus.***

P 10 SANTÉ
Environnement. ***Nettoyer la maison sans risque pour la santé.***

P 11-12 SANTÉ BRÈVES
Psychologie. ***Le bonheur est contagieux.***
Maternité. ***Tout savoir sur l'allaitement.***

P 13 GRAND ANGLE
Chambre particulière.
Attention aux tarifs.

P 14 DROIT
Handicap. ***Aiguiller les parents au quotidien.***



DR

P 6-9
Audition. Stop aux malentendus

Le Mutualiste Viazimut : édité par la Mutuelle Viazimut, régie par le livre II du Code de la Mutualité – avenue Gustave Eiffel, BP510, 11105 Narbonne Cedex – Tél. : 0810 14 50 14 – Directeur de la publication : **Gérard Petit dit Chaguet** – Directeur des rédactions : **Alain Rey** – Rédacteur en chef : **Bernard Tailhades** – Rédaction locale : **Sandrine Creton** – Secrétaires de rédaction et rédaction locale : **Julie Azémar, Cécile Fratellini et Jean-François Rebeyrol** – Maquette, prépresse : **Ciem** – Dessins : **Jef** – Impression : **SIA**, Lavaur – Tirage : **7000 ex.** – Commission paritaire : **en cours** – Prix : **1 €** – Abonnement : 4 numéros **4 €** – **N° 1, mars 2010** – Dépôt légal à parution. La reproduction des articles de ce numéro est interdite, sauf autorisation expresse du directeur des rédactions. *Le Mutualiste* est une publication du Réseau des éditeurs de revues (RER). Photo de couverture : **Raphaël Suave.**

L'OPACITÉ DU SYSTÈME DE SOINS

Madame la ministre de la Santé vient de demander à l'Union nationale des organismes d'assurance maladie complémentaire (Unocam) de « formuler des propositions visant à simplifier la présentation et l'expression des garanties ». L'initiative est louable, et nous nous y associons volontiers, mais nous en mesurons en même temps toute la difficulté. Chaque trimestre en effet, à travers les colonnes de cette revue, nous nous efforçons de porter à la connaissance de nos adhérents les informations essentielles sur l'évolution de leurs garanties, et plus généralement, sur les services développés par leur mutuelle. Mais nous nous heurtons régulièrement à la complexité d'un système de soins qui, à force d'empilages successifs, finit par rendre totalement opaques les tarifs pratiqués : de la création du « secteur 2 à honoraires libres » dans les années quatre-vingt, à l'apparition des « franchises » ces dernières années, en passant par les « forfaits », le « parcours de soins coordonnés », la multiplication des couleurs de vignettes et des taux de remboursement pour les médicaments, et plus généralement la prolifération des dépassements d'honoraires, le système a généré une véritable jungle tarifaire dans laquelle il est bien difficile de se retrouver. C'est pour cela qu'une amélioration de la lisibilité des contrats complémentaires passe aussi par une simplification des modes de tarification du système de soins. Madame la ministre de la Santé peut compter sur nous pour le lui rappeler…

Gérard Petit dit Chaguet, président de la Mutuelle Viazimut.

COURRIER DES LECTEURS

Le Mutualiste Viazimut, courrier des lecteurs, avenue Gustave Eiffel, BP 510, Narbonne Cedex.
E-mail : sandrine.creton@viazimut.fr

Séjours européens

« Comment me faire rembourser mes frais de santé si je suis malade au cours d'un voyage en Europe ? » *Laurent M.*

S'il s'agit de soins de ville (consultation médicale, pharmacie), il vous faudra avancer les frais et conserver la facture. À votre retour, vous la transmettez à votre caisse d'assurance maladie qui effectue le remboursement sur la part obligatoire. La mutuelle, quant à elle, prend en charge le ticket modérateur. Nous vous conseillons également de vous procurer la Carte européenne d'assurance maladie auprès de votre caisse d'assurance maladie. Cette carte atteste des droits de l'assuré social et de ses ayants droit se rendant dans l'espace européen. Elle facilite, le cas échéant, les modalités de prise en charge de vos dépenses de santé pendant le séjour (notamment à l'hôpital), selon la législation et les procédures en vigueur dans le pays visité.
Valable pour un an, la carte est nominative et individuelle.
À noter que le service Viazimut Assistance est compris dans la plupart des garanties. Les frais médicaux à l'étranger sont remboursés jusqu'à 152 000 euros.

© JFR

Naissance

« Je suis papa pour la troisième fois, que dois-je faire pour inscrire mon garçon sur mon contrat mutuelle ? J'ai la garantie Médium, de combien ma cotisation va-t-elle augmenter ? » *Pierre S.*

Afin d'inscrire votre enfant sur votre contrat mutuelle, vous devez nous adresser son acte de naissance.
Votre enfant sera couvert dès le premier jour de sa naissance.
Vous avez le contrat Médium, votre cotisation n'augmentera pas. En effet, sur ce contrat, l'adhésion est gratuite à partir du troisième enfant. Une prime naissance de 288,50 euros vous sera également versée.

Franchise

« Comment s'applique la franchise sur les médicaments ? » *Stéphanie C.*

Le montant de la franchise est de 50 centimes d'euros par boîte de médicaments.
Les bénéficiaires de la couverture maladie universelle complémentaire, les enfants et les femmes enceintes en sont cependant exonérés.
En pratique, vous ne payez pas plus cher la boîte chez le pharmacien mais le montant de la franchise est déduit du remboursement effectué par l'Assurance maladie pour la boîte que vous avez achetée.
Si vous bénéficiez du tiers payant, le montant de la franchise sera déduit d'un de vos prochains remboursements, une consultation par exemple.
Tous les médicaments remboursables sont concernés par la franchise, qu'ils soient allopathiques, homéopathiques ou de préparation magistrale.

Contrats aidés par l'État

« Ma fille est recrutée en contrat d'aide à l'embauche depuis le 1er mars 2010. J'ai souscrit votre garantie Turbo, est-ce que je peux continuer à lui faire bénéficier de ma couverture santé ? »

Magali T.

Les enfants des adhérents en contrat Turbo sont couverts sans condition jusqu'à 21 ans.
Au-delà, ils peuvent bénéficier de la complémentaire santé de leurs parents, s'ils sont étudiants, à la recherche d'un emploi ou s'ils bénéficient d'un contrat d'apprentissage, de qualification…
et ce, jusqu'à leur vingt-sixième anniversaire.
Votre enfant continuera donc à être couverte pendant la durée de son contrat.

NARBONNE

Un nouveau centre dentaire

Depuis le 1er décembre 2009, Narbonne est dotée d'un second centre dentaire mutualiste. B2S, filiale de la Mutuelle Viazimut, a ouvert ce nouveau centre qui répond aux attentes des Narbonnais.
En alliant qualité de service et modération des dépenses de santé, les centres mutualistes favorisent l'accès aux soins grâce au tiers payant. Les deux centres pratiquent l'implantologie.
Centres de santé dentaire narbonnais :
• **ZAC Bonne Source**, 29 rue Ernest Cognacq. Tél. : **04 68 43 34 33**. Ouverture du lundi au vendredi de 9 h à 12 h et de 13 h à 19 h, le samedi de 9 h à 13 h.
• **La Coupe**, avenue Gustave Eiffel. Tél. : **04 68 33 30 93**. Ouverture du lundi au vendredi de 9 h à 13 h et de 14 h à 19 h, le samedi de 9 h à 13 h.
Pour connaître les coordonnées du centre dentaire mutualiste le plus près de chez vous : **www.mutualite.fr/La-Mutualite-Francaise**

FOIRE DU PRINTEMPS DE NARBONNE

LA MUTUELLE VIAZIMUT S'EXPOSE

Après une première expérience réussie à Béziers, la Mutuelle Viazimut participe en mai prochain à la foire du printemps de Narbonne.

Afin d'aller au contact des adhérents et du grand public, Viazimut participe désormais à des foires et salons. Elle sera ainsi présente du samedi 1er mai au dimanche 9 mai prochain à la trente-huitième foire du printemps de Narbonne, qui se déroulera au Parc des Expositions. Une participation qui fait suite à la présence de la mutuelle à la foire Automnalis de Béziers. Ainsi, durant tout le week-end du 20 au 22 novembre dernier, la Mutuelle Viazimut a présenté ses différents produits et services. Nombreuses sont les personnes qui sont venues sur le stand échanger avec les collaborateurs de la mutuelle.

Devis, quiz, cadeaux, tombola…

Dans la bonne humeur et la convivialité, l'équipe de Viazimut a pu exprimer son authenticité et les valeurs mutualistes qu'elle défend. Certains ont profité de l'occasion pour demander des devis sur les différentes garanties santé. Divers quiz sur le thème de la santé et de la prévention étaient également proposés aux plus curieux. Ils ont ainsi pu tester leurs connaissances, notamment en matière d'idées reçues. Afin de les récompenser pour leur participation, des cadeaux souvenirs leur ont été offerts. C'est la tombola gratuite qui a attiré le plus de monde. Première foire pour la Mutuelle Viazimut, elle restera une belle aventure. Des moments fructueux où les membres de l'équipe ont pu profiter d'une approche directe avec les visiteurs.

De nombreux visiteurs sont venus à la rencontre des collaborateurs de Viazimut lors de la foire de Béziers.

MARSEILLE

Nouvelle chargée d'accueil

Depuis le 1er janvier, Florence Voituriez assure l'accueil des adhérents de la Mutuelle de la Société marseillaise de crédit (SMC) à Marseille, les jeudis et vendredis. Elle informe les adhérents en matière de couverture santé complémentaire. Florence oriente chaque personne vers une solution personnalisée et répond à toutes les questions que se posent les mutualistes : problème de remboursement, changement de situation, tiers payant, carte d'adhérent… Les autres jours, l'accueil téléphonique est assuré par la Mutuelle Viazimut. En effet, depuis le 1er janvier dernier, Viazimut gère les 4 950 personnes couvertes par la Mutuelle SMC, à l'exception de la télétransmission confiée à Synergie santé (Agrume).
Tél. : **04 91 02 54 51**.
Mail : **mutuelle.smc@orange-business.fr**

CARTE DE TIERS PAYANT

Toujours utile !

La carte mutualiste (ou carte d'adhérent) certifie votre adhésion à la mutuelle. Elle récapitule les tiers payants dont vous bénéficiez et nomme les personnes de votre famille couvertes par la garantie choisie. Ayez toujours cette carte sur vous ! Sa présentation chez les professionnels de santé vous dispense de l'avance de frais sur la plupart de vos dépenses de santé (dès lors que le tiers payant est effectif pour la part obligatoire). Si vous êtes hospitalisé, présentez-la également lors de votre admission afin de bénéficier du tiers payant pour votre séjour. Enfin, lorsque vous avez des documents à transmettre à la mutuelle (factures, devis…), mentionnez dessus votre numéro d'adhérent qui figure en haut du volet intérieur droit de la carte. Cela facilite le traitement rapide de votre dossier.

N°Azur 0 810 14 50 14
PRIX APPEL LOCAL

Vous avez une question ?

Votre mutuelle est à votre disposition du lundi au vendredi de 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures au : **0 810 14 50 14**.
Afin de faciliter l'accès au service demandé, suivez les indications ci-dessous :
Tapez 1 : si vous êtes couvert par votre mutuelle d'entreprise.
Tapez 2 : si vous avez un contrat santé souscrit à titre individuel.
Tapez 3 : pour l'analyse d'un devis dentaire ou optique.
Tapez 4 : pour joindre Viazimut Assistance.
Tapez 5 : pour joindre la comptabilité.
Le site Internet **www.viazimut.fr** *est à votre disposition 24 heures sur 24 et sept jours sur sept. Il vous permet de consulter à tout moment le suivi de vos remboursements.*
Votre mutuelle est également joignable par mail : **contact@viazimut.fr**

SYLVIE HOULÈS

CHARGÉE DE L'ACCUEIL À LA MUTUELLE

Un sourire au bout du fil : c'est celui de Sylvie. Elle assure l'accueil téléphonique et physique au sein de la mutuelle.

Depuis près de onze ans, Sylvie Houlès est à l'écoute des adhérents. Elle gère, analyse et transfère les appels aux différents services. Une tâche dont elle s'acquitte avec efficacité. Elle est également le visage de la mutuelle puisqu'elle assure l'accueil physique des adhérents. Son goût du contact humain et sa capacité d'écoute des mutualistes font que Sylvie se sent bien dans son poste. « *L'accueil est un maillon essentiel, car il est le reflet de la mutuelle. C'est un poste qui doit véhiculer la bonne image de l'organisme* », nous confie Sylvie. Sur l'année 2009, ce ne sont pas moins de 18 000 appels auxquels elle a dû répondre. Mais sa fonction ne se limite pas uniquement à l'accueil.

Accueil et gestion des prises en charge

Elle gère notamment les demandes de prise en charge hospitalière. Dès lors qu'une personne est hospitalisée, une prise en charge est en effet directement adressée à l'établissement concerné afin d'éviter à l'adhérent le règlement de la part mutuelle. Il en est de même pour les frais optiques. La Mutuelle Viazimut propose le tiers payant dans tous les centres optiques mutualistes et la plupart des grandes chaînes de magasins d'optique. L'adhérent peut donc corriger sa vue sans faire l'avance des frais.
Pour toute demande de prise en charge hospitalière ou optique, des interrogations sur vos cotisations ou vos remboursements, composez le ***0 810 14 50 14*** *ou par mail :* ***sylvie.houles@viazimut.fr***

Sylvie Houlès assure l'accueil des adhérents et gère les demandes de prise en charge hospitalière et optique.

Audition
STOP AUX MALENT

Six millions de personnes souffrent de déficience auditive, une malentendance qui ne touche pas que les personnes âgées mais aussi celles surexposées au bruit. Problème : les patients, réticents aux aides auditives, tardent à s'équiper.

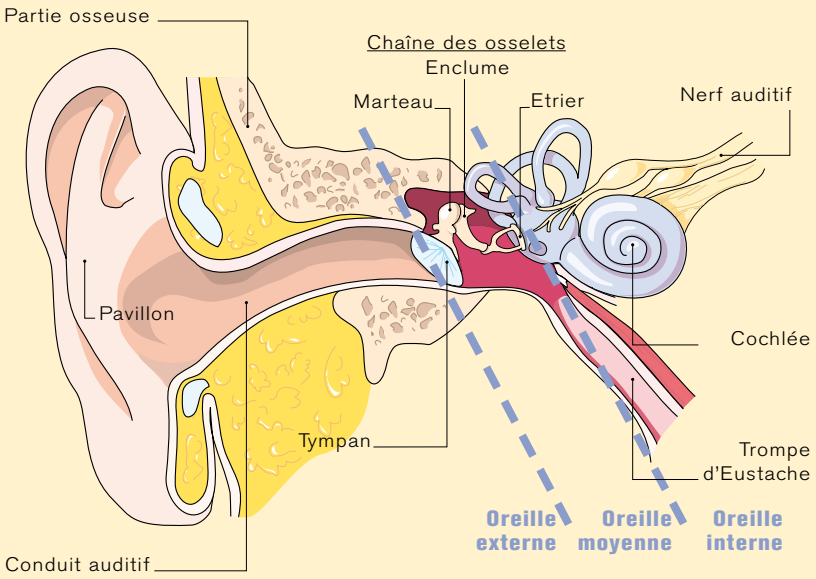
A chaque maladie sa prescription. Grippé, vous allez chez le médecin. Victime d'un accident, vous acceptez d'être plâtré. Myope, vous choisissez une paire de lunettes. Ce cheminement est généralement bien vécu par les patients.

Concernant l'audition, la donne change et il est commun de rencontrer des personnes qui entendent mal sans équipement. Or, une personne sur dix est malentendante. Pourquoi un tel paradoxe ? Comment surviennent les problèmes d'audition et comment les soigner ?

Discuter avec un ami, écouter de la musique ou regarder la télévision sont des activités courantes au cours desquelles l'ouïe est le sens prédominant. L'oreille a pour fonction de capter les sons extérieurs pour les acheminer jusqu'au cerveau qui les traite.

Surdités de transmission et de perception

La partie extérieure englobe le pavillon et le conduit auditif. C'est là qu'entrent les sons sous la forme de vibrations conduites le long du canal,



fermé par le tympan. Les pathologies de l'oreille externe sont bénignes et la perte d'audition liée à un bouchon de cérumen ou à une otite est réversible. La partie moyenne s'étend du tympan aux trois osselets (marteau, enclume et étrier). Le tympan transfère les vibrations pour les transmettre aux osselets qui les amplifient et les portent à l'oreille interne. Les maladies qui concernent cette zone forment avec celles de

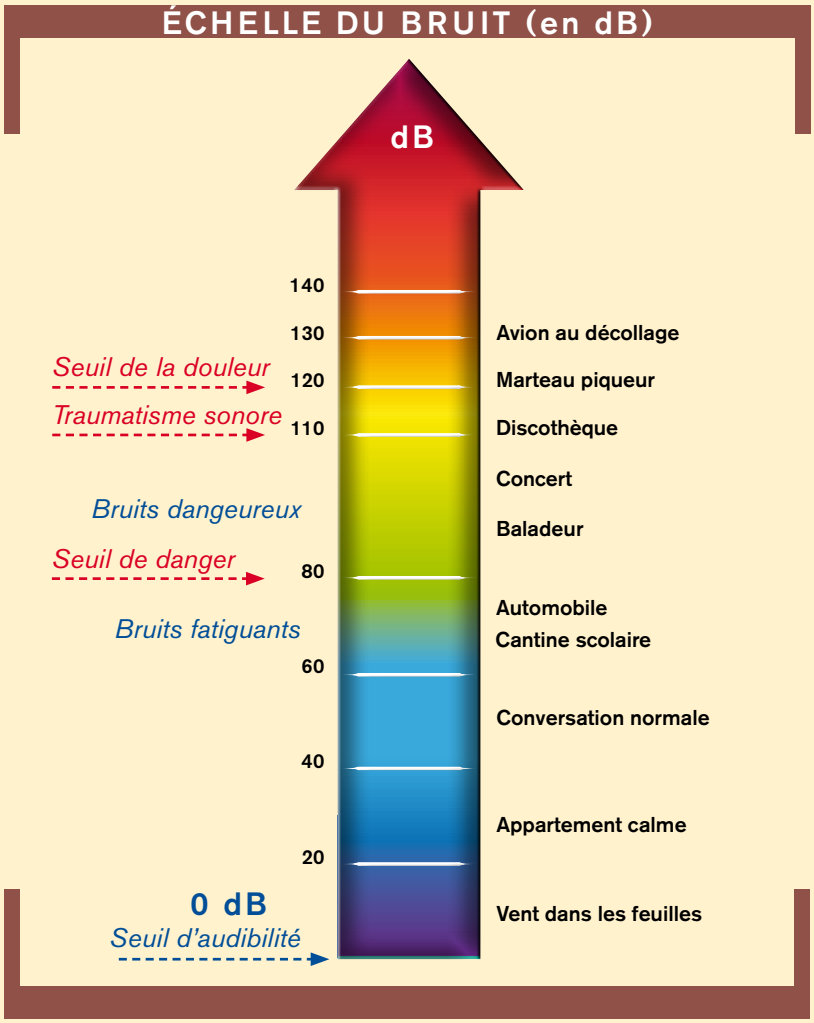
Photos : © Raphaël Suave

ENDUS

la partie externe les surdités de transmission. Caractérisées par une baisse légère à moyenne de l'audition, la perte est comprise entre 20 et 60 dB (l'audition est dite normale pour une perte ne dépassant pas 20 dB). Ces surdités peuvent être causées par une perforation du tympan, une rupture dans la chaîne des osselets mais aussi des otites mal traitées. Si elles sont généralement opérables, d'autres provoquent parfois une baisse de l'audition qui nécessite un appareillage, même à ce premier niveau de surdité.

Le capital auditif perdu ne se régénère pas

Le second niveau caractérise les surdités de perception correspondant à une perte sévère et profonde allant jusqu'à 90 dB. Ces surdités sont consécutives à des troubles de l'oreille interne. Comparée à un labyrinthe, la cochlée renferme les cellules nerveuses qui transforment les vibrations en impulsions électriques vers le cerveau. Une atteinte de cette partie est irréversible car les cellules internes ne se régénèrent pas. Les causes sont multiples : congénitales, génétiques mais aussi accidentelles. Que ce soit dû à un traumatisme sonore bref, à un vieillissement prématuré des cellules d'une personne travaillant dans le bruit ou à l'apparition de la presbyacousie (vieillissement naturel de l'oreille), ces pertes nécessitent une prise en charge. Attendre n'y changera rien. Gilles Assoulant, audioprothésiste, affirme que *« plus la personne vient se faire dépister et équiper tard, plus il est difficile pour elle de se réhabituer aux sons. »*



Il est donc primordial de déceler tôt les signes précurseurs : difficultés à suivre une conversation en famille, sensation que les gens parlent trop vite, faire répéter l'entourage. Un cercle vicieux s'installe et incite la personne à réduire ses conversations et à s'isoler. Tout, plutôt que de passer la porte de l'oto-rhino-laryngologiste pour réaliser un test. Pourquoi ? La malaudition fait peur, souvent associée à un handicap lourd. L'opinion opère un amalgame entre la malentendance et la surdité.

Une vision encore trop négative des prothèses auditives

Autre frein à l'appareillage, la vision des appareils. L'enquête Ipsos 2009 *L'image des appareils auditifs en France* révèle qu'une personne sur deux de plus de 60 ans en possède une image négative. 10 % des sondés déclarent que les appareils donnent une image vieillissante de la personne qui les porte, 18 % les trouvent non esthétiques et 8 % auraient honte d'en porter ! Pourtant, les appareils nouvelle génération n'ont rien en commun avec ceux d'antan. Mais les préjugés sont tenaces. Depuis 1996, les aides fonctionnent sur un mode numérique et non plus analogique. Avant, les sons n'étaient qu'amplifiés. Ils sont désormais numérisés. Une réelle avancée, selon Gilles Assoulant pour qui « *le traitement numérique du son tend à se rapprocher du fonctionnement naturel de l'oreille afin d'aider à la localisation des sons et faire ressortir la parole par rapport aux bruits, ce que ne permettait pas l'analogique.* »

Des appareils miniaturisés mais toujours dispendieux

Autre révolution, la taille, la forme et la diversité des produits même si le principe de l'appareil reste le même : capter les sons avec un micro, les amplifier et les restituer. Prescrits par l'ORL, c'est l'audioprothésiste qui conseille le patient « *selon le niveau de perte, le souhait esthétique de la personne, la forme de son conduit auditif et sa capacité à manipuler l'appareil* », précise-t-il. Il en existe deux types. Les contours d'oreille sont composés d'une aide placée sur l'oreille reliée par un tube à un embout transparent qui rentre dans le conduit. La miniaturisation de l'électronique permet de fabriquer des appareils dissimulés derrière l'oreille. Ils conviennent à tous les types de surdités. Des contours d'oreille de petite taille très discrets, appelés « open », sont également adaptés aux pertes légères à moyennes. Ceux-là ne mesurent pas plus de trois centimètres. Les intra-auriculaires, eux, sont les plus discrets car l'électronique tient dans une coque conçue sur-mesure et introduite dans le conduit. Ils sont plus ou moins visibles suivant la profondeur d'insertion dans le conduit et compensent les surdités moyennes.

Mais c'est le prix qui au final, blesse. Celui d'une prothèse varie de 750 à 2 000 euros et comprend les séances de réglages et le suivi avec l'audioprothésiste. Problème : le remboursement de la Sécurité sociale est insuffisant *(voir encadré)*.

MUTUELLE VIAZIMUT.

Comment

JEAN-FRANÇOIS, 40 ANS, PORTE UN APPAREIL NUMÉRIQUE POUR CORRIGER UNE PERTE AUDITIVE DE SON OREILLE GAUCHE DUE À UN TRAUMATISME SONORE.

Dépense engagée ▷	1 350,00 €
Remboursement Sécu ▷	129,81 €
Remboursement ▷ GARANTIE ESSENTIEL ou TURBO	1 220,19 €
	Reste à charge ▷ 0 €
Remboursement ▷ GARANTIE MAXI	269,60 €
	Reste à charge ▷ 950,58 €

Les variations de prix s'expliquent par le choix de l'appareil (la marque et le fabricant), le niveau de performance du processeur numérique et le lieu de l'achat car les prix publics des aides sont libres (ceux des centres Audition Mutualiste sont en moyenne 10 % moins chers). La durée de vie de l'appareil est d'environ cinq ans. Un investissement lourd, financier et personnel. Car réapprendre à entendre nécessite du temps : « *Quand les personnes s'équipent, il faut ensuite adapter les aides. Se diriger progressivement vers le niveau qui correspond à la perte tout en respectant la tolérance de la personne aux nouveaux bruits. Le but n'est pas de revenir à un seuil d'audition parfait mais d'offrir le meilleur compromis confort et efficacité nécessaire à la vie quotidienne, surtout pour les personnes âgées* », conclut Gilles Assoulant. **Julie Azémar**

AUDIOPROTHÈSES

suis-je remboursé ?

JEAN, 66 ANS, ATTEINT DE PRESBYACOUSIE (PERTE NATURELLE DE L'AUDITION DUE À L'ÂGE), EST ÉQUIPÉ EN STÉRÉOPHONIE AVEC DES MINI-CONTOURS NUMÉRIQUES.

Dépense engagée ▷	**2 800,00 €**
Remboursement Sécu ▷	259,62 €
Remboursement ▷ GARANTIE ESSENTIEL ou TURBO	1 293,80 €
	Reste à charge ▷ **1246,58 €**
Remboursement ▷ GARANTIE MAXI	539,21 €
	Reste à charge ▷ **2001,17 €**

JULIE, 10 ANS, ATTEINTE D'UNE PERTE AUDITIVE SÉVÈRE (À 70 %) D'ORIGINE GÉNÉTIQUE, EST APPAREILLÉE AVEC DES CONTOURS D'OREILLE NUMÉRIQUES DE CLASSE D.

Dépense engagée ▷	**3 000,00 €**
Remboursement Sécu ▷	1 820,00 € (*)
Remboursement ▷ GARANTIE ESSENTIEL ou TURBO	1 180,00 €
	Reste à charge ▷ **0 €**
Remboursement ▷ GARANTIE MAXI	1 180,00 €
	Reste à charge ▷ **0 €**

(*) : Le tarif de responsabilité de la Sécurité sociale des aides auditives homologuées pour les enfants de moins de 20 ans varie selon le degré de performance de l'appareil. Dans le cas de Julie, la base de remboursement est de 1 400 euros par appareil avec un taux de remboursement Sécu de 65 %, soit 910 euros.

EN SAVOIR PLUS

Les baladeurs numériques dans le collimateur de la 13e édition de la Journée nationale de l'audition.

« 5 à 10 % des jeunes Européens qui écoutent la musique de façon amplifiée risquent une perte d'audition permanente s'ils conservent cette pratique plus de cinq ans » : voici la conclusion d'une étude réalisée par le Comité scientifique des risques sanitaires émergeants et nouveaux et commandée par l'Union européenne. Un phénomène en constante progression puisque le pourcentage de jeunes écoutant de la musique amplifiée a triplé depuis les années 1980, représentant aujourd'hui près de 20 % de cette population. D'où le thème de la Journée nationale de l'audition 2010 organisée partout en France le 11 mars : *« Baladeurs, quels risques pour l'audition ? »*. En France, le seuil des baladeurs est fixé à 100 dB alors que la loi fixe un seuil de 80 dB pour la protection des travailleurs exposés excessivement au bruit.

Le risque de dommage auditif, irréversible dans le cas de traumatisme sonore, dépend à la fois du volume d'écoute, de la durée d'exposition à la musique et de l'âge. Il survient sur une courte durée d'exposition lorsque le seuil atteint 110 à 120 dB. Mais il peut également se produire sur une longue période d'écoute à partir de 80 dB (écoute quotidienne).

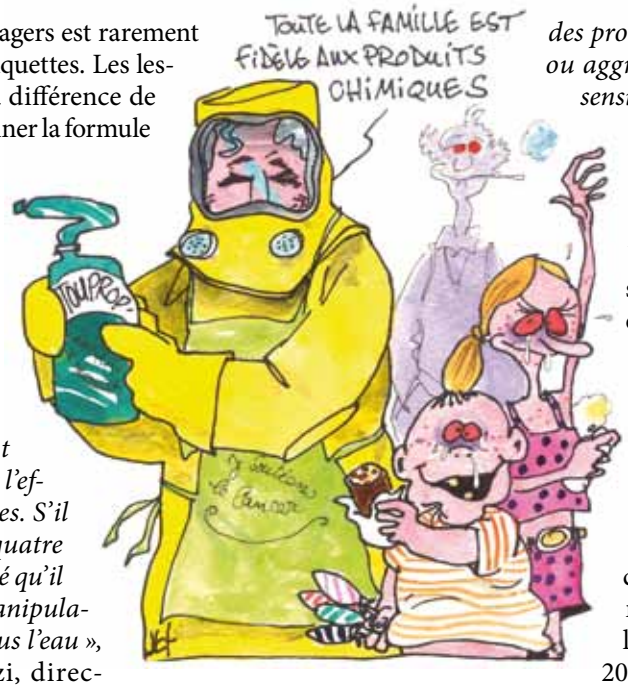
ENVIRONNEMENT

NETTOYER LA MAISON SANS RISQUE POUR LA SANTÉ

Les produits ménagers contiennent souvent des substances irritantes pour la peau et les poumons, parfois allergisantes. Limitez leur usage, respectez leur dosage, portez des gants et ouvrez les fenêtres !

La composition des produits ménagers est rarement indiquée avec précision sur les étiquettes. Les lessiviers n'ont pas l'obligation, à la différence de l'industrie cosmétique, de mentionner la formule de leurs produits, censés ne pas entrer en contact avec la peau. Seules contraintes : ils doivent préciser le nom de substances allergisantes, le pourcentage de certains composants nuisibles pour l'environnement et comporter un mode d'emploi.

« *Tout produit d'entretien chimique peut être irritant. Il est important de respecter le dosage prescrit dont l'efficacité et l'innocuité ont été testées. S'il est écrit "un bouchon", trois ou quatre ne feront pas mieux. S'il est indiqué qu'il faut se rincer les mains après manipulation, il faut vraiment les passer sous l'eau* », souligne le Dr Fabien Squinazi, directeur du Laboratoire d'hygiène de la ville de Paris. Des pathologies d'irritation, constatées chez les professionnels du ménage, surviennent lors d'utilisation intensive et de surdosages.



Porter des gants en caoutchouc

Mais le plus irritant, c'est l'eau. « *Je vois fréquemment de jeunes mamans présentant une dermite d'irritation des mains. En congé maternité, elles s'occupent intensivement de leur bébé, le changent, le baignent, lavent ustensiles et aliments. Elles pensent être allergiques à un produit. Or, c'est le contact fréquent avec l'eau qui irrite leur peau* », explique la Dre Pascale Mathelier-Fusade, dermato-allergologue à l'hôpital Tenon, à Paris. Elle recommande de porter des gants en caoutchouc en évitant le latex, à l'origine d'allergies, et en les choisissant larges pour laisser les mains respirer sans transpirer.

À proscrire, car particulièrement toxiques pour l'organisme : les produits contenant des composés organiques volatils (COV), des formaldéhydes (formol), utilisés comme conservateurs, et des benzènes, reconnus cancérigènes. « *Dans une pièce confinée, ils se concentrent dans les poumons, peuvent entraîner des problèmes respiratoires et cardiaques ou aggraver une allergie sur un terrain sensible* », prévient le Dr Squinazi, qui suggère aussi aux consommateurs de revenir aux recettes traditionnelles : huile de coude, savon de Marseille, savon noir, vinaigre blanc, bicarbonate ou cristaux de soude, blanc de Meudon et huiles essentielles.

Les personnes qui tiennent aux produits chimiques veilleront à ouvrir les fenêtres pour faire circuler l'air et à appliquer une crème émolliente sur leurs mains. En cas d'allergies, souvent suscitées par des parfums, colorants ou conservateurs, le site Internet de la marque, mentionné sur l'emballage (règlement CE n° 907/2006 du 20 juin 2006) ou le centre antipoison préciseront les ingrédients incriminés.

Martine Doriac

Pour en savoir plus :
- *Association pour la prévention des allergies (Afpral), BP 12, 91240 Saint-Michel-sur-Orge,* ***www.afpral.asso.fr***
- *Association nationale des allergologues et immunologistes spécialistes (Anais), 25, rue Villeneuve, 17100 La Rochelle,* ***www.anais-syndicat.fr***

Huit consignes pour mieux utiliser les produits d'entretien

- Bien lire les étiquettes et le mode d'emploi.
- Respecter les doses indiquées.
- Limiter l'exposition à ces produits.
- Ouvrir les fenêtres pour faire circuler l'air.
- Eviter les aérosols et les lingettes.
- Porter des gants adaptés.
- Ne jamais mélanger l'eau de Javel à un acide.
- Choisir de préférence des produits labellisés NF Environnement ou Ecolabel européen.

PSYCHOLOGIE

LE BONHEUR EST CONTAGIEUX

Si vos amis sont heureux, vous risquez fort de profiter de ce sentiment. C'est le constat d'une étude réalisée sur la contagion sociale du bonheur. Une équipe bostonienne s'est penchée sur la question du transfert d'émotions en étudiant un groupe de plus de 5 000 personnes ainsi que leurs parents et amis. Il en ressort que les chances d'être heureux sont supérieures si on est directement lié à des gens heureux. Plus on est proche d'un ami ou d'un parent heureux, plus le transfert fonctionne. Un ami voisin devenant heureux augmente ainsi les chances pour son entourage de l'être. De plus, cet état permet aux personnes de développer du lien social, qui à son tour, agit sur le bien-être. Ne vous sentez pas obligé de quitter tous vos amis malheureux car l'inverse n'a pas encore été prouvé.

Un nouveau site dédié à la santé

L'opérateur Orange, en association avec *Santé Magazine*, lance « Tendance Santé », un site Internet dont le but est d'inciter les personnes à comprendre et gérer leur santé. Le site se consulte sur ordinateur et possède une version spécifique à la navigation sur téléphone mobile. « Tendance santé » met en ligne des « News santé » fréquemment actualisées, des rubriques strictement médicales et plus généralistes (maladies, vaccination, santé du bébé, être parents, cuisine et nutrition…) ainsi que des vidéos contenant avis d'experts et conseils pratiques. Le site s'adresse autant aux jeunes femmes qu'à leurs mères en abordant les problèmes de circulation de sang, de rhume et d'infections mais aussi en prodiguant des conseils beauté.

80 %

de substitution, c'est l'objectif national 2010 de pénétration des médicaments génériques fixé par les syndicats et l'Assurance maladie. Un taux en augmentation par rapport à l'année dernière, rendu possible par l'arrivée sur le marché de molécules nouvellement inscrites dans le Répertoire des génériques. Certains départements ont déjà atteint ce taux mais d'autres, comme la Guyane ou Paris, devront rattraper leur retard. En 2009, le développement des médicaments génériques a permis une économie de plus d'un milliard d'euros, contre 905 millions en 2008.

Compléments alimentaires : attention prudence !

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa) met en place un dispositif national de vigilance sur la consommation de compléments alimentaires dans le but d'identifier leurs possibles effets indésirables. Selon une enquête de la Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF), 12,5 % des produits de ce secteur présentent des anomalies. Le dispositif de vigilance s'appuie sur le concours des professionnels de santé qui doivent informer l'Afssa de tout effet inexpliqué ou inattendu sur des patients consommateurs de compléments. Attention donc aux pilules « miracle » qui vous promettent minceur, énergie, bonne mine…

Les Françaises valorisent le sous-poids

C'est le constat de l'étude Surpoids, normes et jugements en matière de poids : comparaisons européennes, réalisée par l'Institut national d'études démographiques. Les Françaises sont non seulement les plus minces d'Europe mais également les plus insatisfaites. L'indice de masse corporelle (IMC) y est le plus faible : 23,2 contre 24,5 en Espagne ou 26,2 en Grande-Bretagne. Non contente d'être les plus minces, elles déclarent un poids idéal inférieur à leur IMC et valorisent donc le sous-poids. Le poids idéal des hommes se situe généralement au-dessus de leur IMC et c'est le sous-poids, au contraire, qu'ils considèrent comme problématique.

MATERNITÉ

TOUT SAVOIR SUR L'ALLAITEMENT

Pour que les futures mamans puissent choisir d'allaiter en connaissance de cause, l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) a élaboré *Le guide de l'allaitement maternel*. Un livret informatif de 68 pages, alternant des conseils pratiques et de magnifiques photos en noir et blanc pour illustrer en douceur la relation mère-enfant. Le guide répertorie de façon exhaustive les étapes successives de l'allaitement : projeter de donner le sein, comment s'y préparer, connaître ses vertus et ses répercussions sur l'organisme et enfin guider pas à pas les mamans en leur indiquant les positions à adopter.
Vous pouvez commander le guide ou le télécharger sur ***www.inpes.sante.fr***

Le budget santé des ménages flambe

La part moyenne de la santé dans le revenu disponible des ménages est passée de 3,5 % en 2001 à 5,4 % en 2009, une évolution révélée par une étude Jalma/CSA. Et la part du revenu destiné à la santé a augmenté de plus de 50 % en huit ans. Ces frais en hausse constante sont calculés par l'addition des cotisations à une complémentaire au reste à charge des ménages, une fois tous les remboursements de frais de santé effectués. C'est pour les personnes de plus de 65 ans que la facture est la plus lourde, avec une augmentation de 55 % qui représente 11 % de leur budget. Le chiffre de prise en charge globale de 75 % des dépenses par l'Assurance maladie est stable mais il renferme des disparités.

16 minutes :

c'est la durée moyenne d'une visite chez un généraliste et un ophtalmologue contre quatre de plus chez un dermatologue, un ORL ou un gynécologue.
Une consultation chez un psychiatre dure un peu plus longtemps, de 30 à 35 minutes, comme celle d'un cardiologue (30 minutes).
Les praticiennes, toutes spécialités confondues, gardent les patients plus longtemps que leurs homologues masculins et les médecins les plus âgés reçoivent également plus longuement que les jeunes praticiens.
En général, les médecins de secteur 2 étirent la durée de la séance.
Drees, *Études et résultats nº 704.*

Alli, la pilule anti-obésité, est mal utilisée

Commercialisée en mai 2009, Alli, médicament indiqué dans la prise en charge du surpoids chez l'adulte en association d'un régime, est mal utilisée dans 17 % des cas. C'est ce que révèle une étude menée par l'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé (Afssaps) auprès de 348 officines de ville. Ce produit, en vente libre en pharmacie, s'adresse exclusivement aux personnes en surpoids et non à celles qui cherchent à perdre quelques kilos. L'Afssaps ne remet pas en cause le rapport bénéfice risque du produit mais rappelle que *« le traitement du surpoids s'inscrit dans une prise en charge médicale globale. Aussi, les patients qui prennent Alli ou qui souhaitent débuter ce traitement sont invités à consulter leur médecin pour bénéficier d'un bilan de santé général ».*

Anti-inflammatoire : le kétoprofène retiré du marché

Les gels anti-inflammatoires contenant du kétoprofène, utilisés pour calmer les douleurs musculaires, ont été retirés des étals pharmaceutiques en raison de graves cas d'allergie. L'Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé a également suspendu leur autorisation de mise sur le marché. En France, cette décision concerne 22 produits (Kétum, Profenid, Tofrec et d'autres kétoprofènes) et l'Afssaps a prévenu ses homologues européens pour une réévaluation du rapport risque-bénéfice.

CHAMBRE PARTICULIÈRE

ATTENTION AUX TARIFS

Vous allez être hospitalisé. Soyez attentif aux tarifs de la chambre particulière. Explications avec Gérard Petit dit Chaguet, président de la Mutuelle Viazimut.

Le Mutualiste : Le tarif de la chambre particulière est-il variable dans les établissements de santé ?

Gérard Petit dit Chaguet : Oui et cette prestation peut peser lourdement sur la facture d'hospitalisation. C'est pourquoi la Mutuelle Viazimut a adopté une démarche de conventionnement auprès des établissements de santé. L'objectif est d'assurer l'égal accès des adhérents mutualistes à des soins de qualité, tout en permettant à la mutuelle de contenir ses dépenses. Concrètement, des accords sont négociés sur les frais non pris en charge par la Sécurité sociale, comme la chambre particulière par exemple. Rappelons que si la Sécurité sociale reste le principal financeur des soins, les ménages sont en seconde position devant les mutuelles. Cette négociation est donc nécessaire pour permettre à l'adhérent de bénéficier d'une solide prise en charge avec la garantie d'un reste à charge nul ou limité.

L. M. : Certains établissements conventionnés dénoncent-ils ces accords ?

G. P.D.C. : Oui, au prétexte que la mutuelle rembourse entièrement ou partiellement le supplément à payer, certains établissements de soins publics ou privés augmentent aujourd'hui ce tarif dans des proportions indécentes et ne respectent pas les accords conventionnels régionaux fixant le tarif de la chambre particulière pour les adhérents mutualistes. Ce supplément ne trouve en aucun cas sa justification dans l'amélioration des soins par rapport à la chambre double et fait supporter une charge supplémentaire au patient ou à la mutuelle, qui se voit contrainte de répercuter, à plus ou moins brève échéance, ce coût sur les cotisations.

« Au prétexte que la mutuelle rembourse entièrement ou partiellement le supplément à payer, certains établissements de soins augmentent aujourd'hui ce tarif dans des proportions indécentes et ne respectent pas les accords conventionnels ».

L. M. : Comment réagissez-vous dans un tel contexte ?

G. P.D.C. : La Mutualité ne reste pas inactive ! Elle tente de renouer le dialogue avec les établissements concernés pour qu'ils acceptent de respecter les termes de la convention et de revenir à des tarifs plus raisonnables. À titre d'exemple, les hôpitaux publics confrontés à des exigences budgétaires généralisent la chambre particulière. En supplément, ils proposent également le « régime particulier ». Cette prestation, en plus du tarif de la chambre particulière, inclus un forfait télévision, téléphone et trousse de toilette. Si aucun accord n'est possible, nous conseillons aux adhérents de refuser cette prestation pour ne pas payer un reste à charge égal à la différence entre le prix public et les limites de sa garantie.

Propos recueillis par S. Creton

« Je vais être hospitalisé et je souhaite bénéficier d'une chambre particulière. Combien va me coûter cette prestation ? »

La chambre particulière n'est pas prise en charge par la Sécurité sociale. Son tarif est variable. Si vous êtes hospitalisé dans un établissement conventionné par la mutuelle, la mutuelle prend en charge la totalité du coût de cette prestation (si cette prestation est prévue dans votre contrat). En l'absence de convention, la mutuelle peut prendre en charge une partie du coût, selon la garantie souscrite.

*Renseignements au **0 810 14 50 14.***

FISCALISATION

LA DOUBLE PEINE DES ACCIDENTÉS ?

Les indemnités versées par la Sécurité sociale aux salariés victimes d'accidents du travail (AT) sont désormais intégrées au revenu imposable. Défendue par le gouvernement comme une mesure d'équité (les arrêts maladie et les congés maternité sont taxés), cette disposition s'applique aux sommes perçues cette année et imposées en 2011. 50 % des indemnités journalières sont prises en compte dans le calcul. Le produit de cette fiscalisation a été évalué à 135 millions d'euros. La Fédération nationale des accidentés de la vie rappelle que « *les accidentés du travail ne reçoivent, pour une grande partie d'entre eux, que 60 % ou 80 % de leur salaire au titre des indemnités journalières* ».

HANDICAP

Aiguiller les parents au quotidien

Pour accompagner les parents d'enfants handicapés dans le dédale administratif, la Mutualité française et les éditions Pascal publient *Enfants différents, parents faire face ensemble.* Un livre qui explicite « *le parcours du combattant* » de ces parents : la recherche d'aides et de prises en charge possible, les démarches à accomplir, le choix de la scolarité, la législation concernant les enfants handicapés, mais aussi le choc du diagnostic et comment l'accepter.

Enfants différents, parents faire face ensemble, en vente en librairie au prix de 12,50 euros.

HORMONE DE SYNTHÈSE

Reconnaissance des victimes du Distilbène

Les femmes qui ont été exposées in utero au Distilbène, hormone de synthèse commercialisée de 1950 à 1977, n'ont plus à prouver la marque du médicament pris par leur mère à l'époque de leur grossesse. Une décision de justice qui facilite l'indemnisation des femmes victimes de cancers du vagin ou de l'utérus et de stérilité à la suite de leur exposition au médicament. Désormais, il incombe à deux laboratoires (Novartis et UCB Pharma) de prouver que les victimes n'ont pas pris leur hormone, mais celle du concurrent. Le Distilbène a été prescrit à 200 000 femmes pour éviter les fausses couches et les risques de stérilité.

DISCRIMINATION

Séropositivité et immigration

Les voyageurs séropositifs sont désormais autorisés à poser les pieds aux États-Unis. Barack Obama a pris la suite de George Bush pour abroger fin 2009 la loi interdisant l'accès du pays aux personnes porteuses du virus. Pour autant, les personnes étrangères séropositives candidates à l'immigration n'ont toujours pas le droit de s'y installer. Une situation qui est loin d'être unique. *Le guide de référence : réglementations applicables aux déplacements et aux séjours des personnes vivant avec le VIH/sida 2008-2009* révèle que la moitié (47,3 %) des pays exclut les séropositifs, 30 pays forcent les malades étrangers à quitter leur sol et 13 leur refusent même l'accès lors d'un court séjour.

FRAUDES

La Sécu renforce les contrôles

Le « Répertoire national commun de la protection sociale » est le nouveau maillon de la chaîne anti-fraude de la Sécurité sociale. Destiné à lutter contre les abus de prestations sociales, ce répertoire permet un croisement informatique des fichiers des quatre branches de la Sécu (retraite, Assurance maladie, prestations familiales et accidents du travail) avec ceux du Pôle emploi. Les agents de tous ces services peuvent consulter les données d'une personne, ainsi que les collectivités locales et les centres d'action sociale (RSA et aides aux personnes âgées et handicapées). Un formidable outil pour certains et une atteinte à la liberté pour d'autres…

SÉCURITÉ SANITAIRE

CRÉATION D'UNE NOUVELLE AGENCE

L'Agence française de sécurité sanitaire des aliments (Afssa) va fusionner en juillet prochain avec celle de l'environnement et du travail (Afsset) pour détecter plus efficacement les risques liés aux intoxications, à l'usage de nouveaux matériaux et produits tout en mesurant leur impact sur l'homme et son environnement.

Le mois POUR TOUT ENTENDRE

- UN BILAN AUDITIF GRATUIT*
- UN ESSAI GRATUIT D'AIDES AUDITIVES
- UNE PRÉSENTATION DES PRESTATIONS GARANTIES PAR LE PASSEPORT

*Bilan à but non médical, sur simple rendez-vous. Photo non contractuelle. VISAUDIO SAS-RCS Paris B492 361 597 au capital social de 140 000 euros. DIFFRENEGORRIGANSCARLETT

Pour connaître les centres les plus proches de chez vous :

0 811 91 92 93

(coût d'un appel local)

AUDITION MUTUALISTE

Audition Mutualiste, pour le prix et pour l'écoute.

GAGNEZ
des chèques cadeaux

d'une valeur de **15€**

en parrainant votre famille ou vos amis

15€ pour vous
pour chaque nouvelle adhésion

pour votre filleul
3 mois satisfait ou remboursé

Offre Promotionnelle

www.viazimut .fr N°Azur 0 810 14 50 14 PRIX APPEL LOCAL

www.leseditionsdeproximite.com

COUPON RÉPONSE

JE SOUHAITE PARRAINER :

Nom et prénom du filleul : .....

Son adresse : .....

.....

Son numéro de téléphone : .....

Son adresse mail : .....

Mon numéro Sociétaire : .....

Mon nom : .....

Mon prénom : .....

Plus nombreux, plus forts, ensemble préservons la solidarité !

mutuelle viazimut

MUTUALITÉ FRANÇAISE